

**UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE - UNESC
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA BACHARELADO**

ISABELA BEZ BATTI DA SILVA

**A SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL DE INDIVÍDUOS PRATICANTES
DE MUSCULAÇÃO EM UMA ACADEMIA NA CIDADE DE LAURO MULLER-SC**

CRICIÚMA, NOVEMBRO DE 2012

ISABELA BEZ BATTI DA SILVA

**A SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL DE INDIVÍDUOS PRATICANTES
DE MUSCULAÇÃO EM UMA ACADEMIA NA CIDADE DE LAURO MULLER-SC**

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado
para obtenção do grau de Bacharelado no
curso de Educação Física da Universidade do
Extremo Sul Catarinense, UNESC.

Orientadora: Prof. Danielle Torri.

CRICIÚMA, JUNHO DE 2012

ISABELA BEZ BATTI DA SILVA

**A SATISFAÇÃO COM A IMAGEM CORPORAL DE INDIVÍDUOS PRATICANTES
DE MUSCULAÇÃO EM UMA ACADEMIA NA CIDADE DE LAURO MULLER-SC**

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado
para obtenção do grau de Bacharelado no
curso de Educação Física da Universidade do
Extremo Sul Catarinense, UNESC

Criciúma, 27 de Novembro de 2012.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Ms. Danelle Torri - (UNESC) - Orientador

Prof. Ms. Carlos Augusto Euzébio - (UNESC)

Prof. Ms. Victor Julierme dos Santos da Conceição – (UNESC)

Dedico este trabalho aos meus pais Nadia Bez Batti da Silva e Helton Gomes da Silva, pois sem eles muitos dos meus sonhos não se realizariam. A professora Danielle Torri, pela orientação e apoio.

AGRADECIMENTOS

A meus pais, por, primeiramente, terem me trazido à vida e, posteriormente, pelo amor, carinho, educação e apoio que sempre me foi dado, sem nada pedir em troca; por sempre acreditarem em mim, de forma incondicional e por terem me ensinado, na teoria e na prática, os valores necessários à formação do caráter.

A minha orientadora, Danielle Torri, por sempre ter incentivado o presente trabalho, bem como pelas horas de dedicação e todo o apoio dispensado para a concretização deste projeto.

À Universidade do Extremo Sul Catarinense, por ter a mim disponibilizado um quadro de professores, dentre estes mestres e doutores, que com certeza sem estes não chegaria até aqui.

Aos amigos e colegas de curso, pela amizade cultivada e pelo convívio, o qual deixará muita saudade e boas lembranças.

“O espelho e os sonhos são coisas semelhantes, é como a imagem do homem diante de si próprio.”

José Saramago

RESUMO

A imagem corporal está relacionada a fatores multidimensionais, representada prioritariamente por uma visão intrínseca do sujeito sobre o tamanho e aparência do corpo, sendo que nunca permanece fixa ou uniforme, mas se modifica pelo permanente esforço do sujeito em transpor sua identidade corporal. A construção desta imagem não está ligada apenas a memórias e experiências, mas também a aspirações e tendências. Assim este estudo tem como **tema**: A satisfação com a imagem corporal de indivíduos praticantes de musculação da cidade de Lauro Muller-SC, sendo seu **objetivo geral**: Investigar a satisfação destes indivíduos com sua imagem corporal. E como **objetivos específicos**: Avaliar a satisfação e/ou insatisfação com a imagem corporal de indivíduos praticantes de musculação; Investigar os motivos que levam estes indivíduos a se tornarem insatisfeitos ou satisfeitos com seu corpo; Observar de que forma a satisfação destes indivíduos afetam sua vida social e pessoal. Métodos: Este estudo caracteriza-se por uma pesquisa do tipo descritiva qualitativa e pela utilização da técnica de estudo de caso, onde foram avaliados 10 praticantes de musculação da cidade de Lauro Muller. Para avaliar se estes indivíduos estão satisfeitos ou insatisfeitos com sua imagem corporal será utilizada uma entrevista, validada por professores da universidade. A análise dos dados foi dividido em categorias que permitiram concluir que nenhum dos entrevistados se encontra totalmente satisfeitos com seu corpo, pois sempre há uma constante busca por corrigir pequenos detalhes, o que movimenta essa corrida incansável por manter o corpo dentro de um padrão considerado perfeito.

Palavras chave: Imagem Corporal, Praticantes de Musculação, Satisfação.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	11
2 REVISÃO DA LITERATURA	13
2.1 CORPO E HISTÓRIA	13
2.2 ACADEMIAS DE MUSCULAÇÃO	16
2.2.1 Perfil Dos Praticantes	17
2.3 IMAGEM CORPORAL	19
2.4 CORPO, MÍDIA E CULTURA	22
3 METODOLOGIA	25
3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA	25
3.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA	26
3.2.1 Critérios de Inclusão e Exclusão	26
3.3 INSTRUMENTOS PARA A COLETA DE DADOS	26
3.3.1 Validação do Instrumento	27
3.4 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS	27
3.5 DESCRIÇÃO DO CAMPO	28
4 ANÁLISE DOS DADOS	30
4.1 A PROCURA PELO EMBELEZAMENTO DO CORPO	30
4.2 OMISSÃO E EVIDÊNCIA DO CORPO	32
4.3 A DITADURA DO ESPELHO	34
4.4 OS CÍRCULOS DE AMIZADE	36
4.5 DROGAS DE APOLO	37
4.6 A SATISFAÇÃO COM O CORPO	38
4.7 O CORPO NA HORA DA PAQUERA	39
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	40
REFERÊNCIAS	43
APÊNDICE A- ROTEIRO ENTREVISTA	48
APÊNDICE B- TERMO DE CONCENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	49

1 INTRODUÇÃO

A preocupação excessiva com a imagem corporal até pouco tempo era exclusividade do gênero feminino, sendo associada a casos de bulimia e anorexia. Recentemente, é notória a crescente ocorrência de tais preocupações também em homens, que procuram em exercícios de fortalecimento muscular ou até mesmo do uso de substâncias ergogênicas e dietas hiperprotéicas para melhora de sua estética. Esta preocupação excessiva com o corpo pode levar o indivíduo a ter um reflexo negativo da sua imagem corporal, ocasionando diminuição da autoestima, e afetando diretamente sua vida pessoal e social.

Este estudo trará uma breve história do corpo humano, pois é através dela que iremos entender as tendências que o corpo vem passando no decorrer do tempo.

O corpo acompanha o indivíduo desde o seu nascimento até a sua morte, estando sujeito a transformações ao longo do tempo, como mudanças de peso, formas e funcionamento. Tais mudanças, porém, nem sempre são desejadas, gerando o que se chama de insatisfação corporal. O ser humano sente a necessidade de manter o corpo sob seu controle, e quando isso não acontece, ele desenvolve um grande medo da desumanização de sua aparência por não estar dentro de um padrão estético criado culturalmente.

A pressão que a mídia e a sociedade exercem para o alcance de um corpo esteticamente perfeito contribui para a procura alucinada por academias, uso de suplementos e anabolizantes para acelerar o processo de “correção” de seus defeitos. Estamos incluídos em uma sociedade que deseja resultados imediatos, levando à prática de atividades físicas em excesso, causando riscos para a saúde, entre eles o do transtorno de distorção da imagem corporal, que em casos agudos podem levar o indivíduo a desenvolver um quadro de depressão. As propagandas, programas de televisão, como novelas e reality shows, favorecem a disseminação de estereótipos e criação de padrões estéticos.

Desta forma, esta pesquisa, tem como **Tema:** A satisfação com a imagem corporal de indivíduos praticantes de musculação em uma academia na cidade de Lauro Muller-SC, na perspectiva de responder o seguinte **Problema:** Qual a satisfação sobre a imagem corporal de indivíduos praticantes de musculação da

cidade de Lauro Muller-SC? Para responder este questionamento o trabalho tem como **Objetivo Geral**: Investigar a satisfação destes indivíduos com sua imagem corporal. Com a finalidade de aprofundar ainda mais esse estudo, têm-se os seguintes **Objetivos Específicos**: Avaliar a satisfação e/ou insatisfação com a imagem corporal de indivíduos praticantes de musculação; Investigar os motivos que levam estes indivíduos a se tornarem insatisfeitos ou satisfeitos com seu corpo; Observar de que forma a satisfação destes indivíduos afetam sua vida social e pessoal.

Para melhor compreensão da organização textual este trabalho está estruturado nos seguintes capítulos: Introdução; Corpo e História; Academias de Musculação; Perfil dos Praticantes; Imagem Corporal; Corpo, Mídia e Cultura; Metodologia, Análise dos Dados, Considerações Finais e Apêndices. A pesquisa de campo foi realizada na cidade de Lauro Müller-SC, na qual se observou como os praticantes de musculação estão se sentindo em relação a sua imagem corporal.

2 REVISÃO DA LITERATURA

Este capítulo traz uma revisão literária sobre conceitos e definições da imagem corporal, academias de musculação, mídia e o corpo, perfil dos praticantes de musculação e a história e as tendências do corpo.

2.1 CORPO E HISTÓRIA

Cada sociedade e cada cultura atuam sobre o corpo, construindo suas particularidades, dando ênfase a seus atributos considerados essenciais e criando padrões (padrões de beleza, de saúde, de postura, de sensualidade...). Tais padrões norteiam os indivíduos para a construção da sua história corporal, conforme entendimento de Rosario (2006 apud BARBOSA et al., 2011).

Para Sant'Anna (2004), o corpo acompanha o ser humano desde o nascimento até a morte, estando sujeito a constantes transformações fisiológicas e morfológicas. Por esse motivo ninguém se encontra completamente habituado com o seu próprio corpo e satisfeitos com o seu desenvolvimento. Em alguns momentos o corpo parece ser familiar já em outros momentos bastante desconhecido. Todo indivíduo tem a ambição de manter as formas de seu corpo sob controle e governá-lo conforme interesses pessoais ou coletivos, especificados ou generalizados culturalmente. O ser humano está acompanhado de incertezas e medos, sendo eles: Medo da doença, medo da dor e medo da desumanização das aparências.

Para conhecer a história e as tendências do corpo, no presente capítulo é realizada uma breve caminhada pela história, para analisar como o corpo era tratado nas diferentes civilizações.

Na Grécia antiga o corpo era idealizado, treinado, modelado e produzido através de exercícios e meditação. O corpo era visto como um elemento a ser glorificado e havia um grande interesse do estado sobre ele. Para os gregos a beleza de um corpo saudável e bem proporcionado era algo admirável, pois representava saúde, capacidade atlética e fertilidade. O estético, o físico e o intelecto formavam um conjunto de atributos que tornava o homem perfeito, pois ter

um corpo belo, uma boa resistência física era tão importante quanto ter uma mente brilhante. O pudor era desconhecido, o corpo era considerado uma forma de criatividade dos deuses. (BARBOSA, et al., 2011).

Segundo Silva (2001), na mitologia grega a constituição do ser humano esta vinculada à Natureza, ela seria responsável por gerar o ser humano e todos os outros seres no seu interior, sendo a responsável pela construção da identidade, e uma irmandade entre todos os seres do universo.

Para Barbosa et al. (2011), os romanos consideravam o culto ao corpo um valor pagão. Possuíam pudor físico, deixando os corpos mais vestidos, apresentando através dos gladiadores sua força física e coragem. As representações artísticas romanas apresentavam maior dramaticidade entre o nu e o vestido, a vida e a morte, a força e a debilidade física. O corpo era visto como uma máquina de guerra.

Gomes (2006) ressalta que com o surgimento do cristianismo, nasce uma nova concepção de corpo, deixando de ser uma expressão de beleza para uma fonte de pecado. Para os cristãos, Deus estava em toda parte, o corpo de homens e mulheres deveria ser coberto, não devendo, nem na intimidade de casal, ser totalmente revelado, pois o pecado estava em tudo. O objetivo dos cristãos era tornar o corpo o templo do Espírito Santo, para isso o corpo deve ser sacrificado pela abstinência sexual, pela pobreza voluntaria e pela penitência.

Na idade media o corpo servia como instrumento de relações sociais. As características físicas como altura, cor da pele e peso corporal, estavam associadas ao vínculo que o individuo possuía com sua função social. Nesta época havia uma forte presença religiosa que reprimia qualquer manifestação artística. A preocupação com o corpo era proibida, pois estava ligada ao terreno e ao material, sendo o corpo visto como a prisão da alma. Quem não seguisse as regras da Igreja era perseguido pela Inquisição, podendo até ser queimado por ser considerado herege, assim nos ensina Barbosa et al. (2011).

Segundo Sant'Anna (2004), a partir do século XX, lentamente os indivíduos tentaram se livrar de seus corpos antigos ligados a vínculos religiosos, temporais, morais e genéticos, buscando remodelar seu corpo através de avanços tecnológicos e científicos (cosméticos, cirurgias, próteses, regimes, ginástica, etc.). Toda essa procura por juventude e saúde tem ganhado um espaço inédito na mídia, mostrando que as transformações corporais estão mais na moda do que nunca,

enquanto os limites de certo e errado, falso e verdadeiro, natural e artificial estão relativizados.

Couto (2005), afirma que estamos inseridos em uma sociedade em que se deseja eliminar qualquer insatisfação física. Corrigir e alterar características que nos desagradam mantendo a juventude, vigor e a aparência saudável. Sendo que o culto ao corpo se tornou um estilo de vida, considerando o corpo algo que pode ser remodelado ou reformado para que não se torne ultrapassado ou antiquado e esteja sempre dentro dos padrões da moda.

Para compreender as razões destas tendências do corpo no Século XX, Sant'Anna (2004, p. 18) apresenta quatro hipóteses:

a) A hipótese do corpo como último território a ser explorado:

Nesta hipótese supõe que o corpo começa a ser explorado de forma natural porque ele contém a última fronteira supostamente natural a ser desvendada e controlada pela cultura, já que oceanos, florestas e culturas selvagens já foram desvendados e o genoma humano torna-se alvo interessante de descobrimento.

“Comércio do corpo e produção de seres transgênicos: quanto mais partes do corpo tornam-se “materiais de exploração e investigação”, menos o corpo é preservado dos interesses e ações comerciais” (SANT'ANNA, 2004, p. 19).

b) A hipótese do corpo como a única posse e como território do exercício da liberdade individual:

Nesta situação o corpo passa por experiências diversas, pois é entendido como último território no qual o indivíduo pode exercer sua liberdade de transformação. O corpo está completamente disponível para se realizar suas vontades e sonhos, sendo que numa cultura que reconhece as pessoas a partir do que elas possuem e daquilo que elas conseguem ter acesso, ter condições de controlar seu corpo torna-se uma riqueza invejável para muitos.

c) A hipótese de que é pelo corpo que se mostra o melhor de si:

Em uma sociedade em que o corpo se tornou algo tão importante quanto às relações éticas e morais, acaba sendo através aparência física que se mostra toda subjetividade do ser humano. “[...] e “fazer com que o corpo continue correspondendo ao que cada um sonha mostrar de si” apresenta uma promessa de adquirir uma presença no mundo cada vez mais importante” (SANT’ANNA, 2004, p. 20).

Para reforçar tal idéia Sabino (2000) afirma que estamos inseridos em uma sociedade em que é através da forma do corpo que se classifica a condição social do indivíduo. Um corpo “em forma” é sinônimo de status e dinheiro. Dessa forma as relações sociais ficam dependentes da exibição dos corpos malhados.

d) Contra a “top-modernização” absoluta:

Existe atualmente uma homogeneização das aparências que obriga as pessoas a serem sempre jovens, favorecendo uma intensa exploração comercial de empresas de cosméticos, cirurgias plástica, fitness, etc. O corpo passa a ser visto como algo modelável, passando do natural para o artificial. “[...] “corpos frankensteins”, mistura de carne e silício, hoje produzidos em massa e não apenas por médicos ou homens considerados loucos. É quando não é possível saber onde termina o artifício e começa a natureza” (SANT’ANNA, 2004, p. 22).

Sendo assim conclui-se que o modo como o corpo é visto em diferentes épocas está intimamente ligada à cultura, à política e aos hábitos da sociedade em que vive. Atualmente o corpo se tornou foco de interesses econômicos, onde as pessoas são obrigadas a buscar em cosméticos, cirurgias e em academias o corpo “ideal” para se enquadrar em um padrão estético, reforçado pela mídia.

2.2 ACADEMIAS DE MUSCULAÇÃO

A palavra Academia originou-se do grego, a partir do momento em que o filósofo Platão começou a se reunir com outros pensadores em um local chamado jardins akademos (homenagem a um herói grego), onde estudavam matemática,

filosofia e ginástica, conforme Lollo (2004), sendo este o primeiro relato do termo academia.

O surgimento das primeiras academias de ginástica aconteceu com o objetivo de atender a um público alvo que buscava aulas de ginástica fora dos clubes. Entretanto, a quantidade de academias foi aumentando nas principais cidades brasileiras na década de 1960, tendo o auge no início dos anos 1970, onde aconteceu a expansão das academias por todo o país, segundo Tahara et al. (2003).

Segundo a revista Exame de março de 2011, o número de academias no Brasil dobrou entre os anos de 2007 a 2010, chegando a 15.551 estabelecimentos espalhadas por todo o país, ficando apenas atrás dos EUA. Isso ocorreu devido a ascensão da classe C e D, sendo que essa classe emergente representa mais da metade dos brasileiros que praticam atividade física pelo menos uma vez por semana.

As salas de musculação correspondem a um espaço destinado ao desenvolvimento e a definição dos músculos. Onde os aparelhos geralmente são organizados de acordo com cada segmento muscular, segundo Hansen e Vaz (2004).

As academias também podem ser definidas como “[...] centros de atividades físicas onde se prestam serviços de avaliação, prescrição e orientação de exercícios físicos, sob supervisão direta de profissionais de educação física.” (TOSCANO, 2001 apud LOLLO, 2004).

Contudo, Hansen e Vaz (2004) ressaltam que atualmente é possível observar que as academias de ginástica e musculação se conjugam com salões de beleza, clínicas de cirurgia estética, lojas de tatuagens, entre outros espaços, onde em apenas um local encontram-se vários ambientes, equipamentos e especialistas na transformação dos corpos.

2.2.1 Perfil Dos Praticantes

Segundo Sabino (2000, apud HANSEN E VAZ, 2004), geralmente as salas de musculação estão ocupadas pelo público masculino que normalmente se mantém longe de treinamento aeróbico e de fortalecimento dos glúteos, o que acaba

configurando uma divisão sexual do treino. Um aspecto sutil entre os praticantes de musculação é o medo de estar abaixo de seu rendimento ideal, e que sua dedicação aos treinos deve ser completa. Tudo isto não é feito para uma competição ou quebra de um recorde, mas para o aperfeiçoamento de sua forma física comparando o seu estado anterior ao atual ou para atingir a mesma forma corporal do colega de academia.

“Todos nós sabemos que a grande procura de pessoas, por academia, se deve mais que 90% a estética, e conseqüentemente, acompanhando o modismo do corpo esbelto [...]” (CONTURSI, 1986 apud NOVAES, 2001, p. 19).

Segundo a revista Veja edição especial (Saúde & Boa Forma, dez./2003) o perfil dos brasileiros que freqüentam academia: 75,5% são solteiros, a médias de idade é de 26,6 anos, sendo que a principal meta de quem tem menos de 40 anos é estética, e os que estão acima dos quarenta buscam saúde.

No universo das academias, o culto do corpo engendra uma busca incansável trilhada por meio de uma árdua rotina de exercícios, através dos quais pretende-se superar os próprios limites em nome de contornos corporais concebidos como ideais (HANSEN e VAZ, 2004, p. 136).

É comum em freqüentadores de academia a naturalização da dor, sofrimento, sacrifício e privações. Sendo que tais elementos fazem parte de uma lógica de treinamento esportivo. Fazendo com que estes indivíduos encarem isto como algo a ser superado e tornem uma fonte de prazer, pela busca constante pelo aperfeiçoamento corporal. (HANSEN E VAZ. 2004 Apud TORRI, 2007)

Segundo Torri (2007), as privações feitas para o alcance de um corpo “perfeito” diz respeito também as segundas-feiras, dia em que as academias ficam lotadas, os alunos “pegam pesado” neste dia da semana por conta da culpa do que foi consumido no final de semana.

Zamai et al. (2012), afirmam que os interesses pela prática de exercícios nas academias é a busca pela redução da quantidade de gordura e/ou aumentar a quantidade de massa muscular, sendo estes os principais anseios de grande parte dos praticantes.

Nas relações sociais realizadas na academia de ginástica e musculação, a forma física constitui um item fundamental de interação social, exigindo rigorosas normas estéticas nas quais os indivíduos tentam, ininterruptamente, enquadrar seus corpos (SABINO, p 63, 2000).

Hansen e Vaz (2004), ressaltam que entre os praticantes de musculação há um acompanhamento constante das formas do corpo através de balanças, adipômetros, fitas métricas e essencialmente dos espelhos da sala de musculação.

Os freqüentadores de academias tentam construir um corpo para que seja instrumento de promoção e ascensão social, e que favoreça na hora da conquista de um parceiro com o mesmo nível de preocupação corporal, resalta Sabino (2000).

2.3 IMAGEM CORPORAL

Os estudos sobre a imagem corporal tiveram início no começo do século XX, com o objetivo de investigar o que gerava uma lesão na percepção que o sujeito possui sobre seu corpo ou espaço que o circunda, afirma Tavares, et al. (2010).

Contudo, ressalta Le Boulch (1982), que a imagem do corpo é um conceito utilizado pela primeira vez por L'Hermitte, mas é Schilder em 1935, que tomou uma proporção maior e ultrapassou a realidade neuropsicológica, apresentando o aspecto mental e social.

A imagem corporal também pode ser definida como:

[...] uma entidade em constante autoconstrução e autodestruição, em constante mudança, crescimento e desenvolvimento. Fazem parte dessa construção processos conscientes e inconscientes, não é apenas uma construção cognitiva. Ela envolve sensações que nos são dadas tanto da parte externa do corpo, quanto da parte interna, das entranhas, dos músculos e seus invólucros [...] é uma representação mental que fazemos de nós mesmos, uma experiência do corpo enquanto unidade, e mais que uma percepção de nós mesmos e não é apenas um desenho mental de nós mesmos. Envolve nossa auto experiencição a cada instante, nossa relação conosco (SCHILDER, 1999, p.34).

O desenvolvimento da imagem corporal ocorre desde o nascimento até a morte, dentro de uma estrutura subjetiva da mente, implicando na construção do desenvolvimento humano. Como exemplo, uma criança: ela conhece o significado das palavras “bonito” e “feio” e reflete as opiniões alheias sobre sua própria aparência, conforme Mataruna (2004).

“[...] A organização da imagem corporal não é puramente neurológica nem mental. Acredita-se também que as emoções tenham um papel importante no desenvolvimento da imagem corporal” (SHONTZ, 1990 apud BARROS, 2005, p. 2). Dessa forma, quanto maior forem os estímulos vivenciados pelo indivíduo, mais completo será seu esquema corporal, sendo que este molde refletirá em sua adolescência e vida adulta.

As informações que obtemos sobre os diversos aspectos que formam o mundo – por exemplo, as novas tecnologias, a mídia e seu ávido poder consumista – são apreendidas por nós como uma parte de nosso corpo unindo-se com nossa imagem corporal, transformando-nos em camaleões que se adaptam àquilo que as circunstâncias exigem. Nossa percepção de mundo passa a ser lograda a partir de tais influências, e nos sujeitamos a ver essas transformações com os limites impostos por nós mesmos (BARROS, 2005, p.2).

Cukiert e Prizskulnik (2002) ao fazer uma análise dos estudos de Lenczner apontaram que a imagem corporal tem um efeito formador do sujeito, e durante esse processo de identificação a imagem especular possibilita o indivíduo de estabelecer relações do seu corpo com a realidade que esta a sua volta.

Segundo Barros (2005), o nosso corpo é um palco de imagens corporais construídas, e todas as descobertas feitas vão se revelando nos momentos em que nos reconhecemos como um ser que reage a diversas inter-relações, buscando a sua própria existência por meio da compreensão de todas as relações vivenciadas durante a vida.

Podemos compreender, com base em Le Boulch (1982), que o problema é formulado mais em termos de sentimento do ego do que em termos da imagem corporal. Não podemos falar sobre a imagem enquanto o ego não estiver adquirido o senso da realidade. A partir do momento em que ainda criança o indivíduo vivencia a

experiência do espelho, ele acaba estabelecendo relações entre o que vive, sente e a imagem especular, assim acaba revelando sua primeira personalidade.

A imagem visual do seu corpo torna-se-á então a principal referência a partir da qual irão situar-se os detalhes fornecidos pelas sensações táteis e sinestésicas. A estruturação do esquema corporal corresponde precisamente à estreita relação dos dados sensoriais, resultando na fusão da imagem visual e da imagem cinestásica do corpo (LE BOULCH, 1982, p.16).

Segundo Giordani (2006), a imagem corporal nunca permanece fixa ou uniforme, mas se modifica pelo permanente esforço do sujeito em transpor sua identidade corporal, bem como a construção desta imagem não está ligada apenas a memórias e experiências, mas também a aspirações e tendências.

Tavares (2004, p. 84), afirma que para se fundar um conceito de imagem corporal se deve aprofundar em alguns aspectos ligados a imagem, sendo eles:

- **Imagem Mental:** é a experiência subjetiva do modo como o mundo nos é apresentado em determinados instantes de nossas vidas. Esta imagem se desenvolve a partir de situações na qual o sujeito vivencia. A imagem mental contém aspectos conscientes e inconscientes que operam ao mesmo instante, formando uma representação da imagem mental que pode ser considerada uma projeção de nossa vivência corporal gerada pela integração do nosso corpo com objetos externos. Todos nós podemos manipular mentalmente os objetos com que nos relacionamos como se eles fossem reais.

- **Imagem e Percepção:** A nossa memória nos permite buscar imagens a partir de nossas vontades conscientes e inconscientes, sendo assim as imagens mentais se relacionam com as percepções de vida. Ex.: Um barulho pode deixar em pânico um soldado traumatizado de guerra, por trazer à sua mente imagens horríveis relacionadas a situações vividas em batalhas. A imagem e a percepção podem interferir uma na outra, tendo sido construídas através da percepção. Em todos os instantes estamos sujeitos a novas percepções através do mundo externo e também nossa imagem sofre modificações baseadas em nossas percepções.

- **Percepção, Corpo e Movimento:** o corpo não se encontra somente ligado ao mundo externo, mas também faz parte dele. O corpo e o movimento estão conectados em um processo perceptivo em que cada percepção modifica nosso

corpo e cada movimento nos trás uma nova percepção. Assim, cada ser humano define seu espaço no mundo

- **Corpo como Identidade do Homem:** O corpo é um organismo biológico, e está sujeito a mudanças que integram aspectos psicossociais e proporciona ao indivíduo ter sua própria identidade. A imagem corporal está ligada a nossa identidade, o que direciona nossas ações e percepções, e define nosso grau de satisfação ou insatisfação com as nossas experiências de vida.

O desenvolvimento da imagem corporal, segundo Tavares (2004) acontece de forma paralela ao desenvolvimento do corpo, tendo relação com aspectos fisiológicos, sociais e afetivos. Por esse motivo ela é altamente dinâmica e mutável.

2.4 CORPO, MÍDIA E CULTURA

A palavra mídia, segundo Betti e Pires (2005), tem origem no latim *media*, plural de *medium*, que significa meio. Encontra-se associada à comunicação, referente aos meios de comunicação humana mediada por algum aparato, como jornais, rádio, cinema, televiso, internet, etc.

A mídia pode ser entendida também como uma indústria veiculadora de símbolos e significados socialmente compartilhados, responsável pela banalização da cultura e a sua transformação em mercadoria, conforme Betti e Pires (2005).

Segundo Torri et al. (2007), o corpo tem alcançado um espaço significativo no processo da industria cultural, onde tem sido pedagogizado através de revistas que mostram em seu conteúdo dicas de embelezamento e modelação corporal, apresentando um padrão a ser seguido.

Atualmente vivemos em uma sociedade onde o culto ao corpo é algo comum. Cresce a cada dia o número de cirurgias plásticas, clínicas de estética, salões de beleza, etc., tudo para manter o corpo dentro de um padrão construído, que é o corpo magro, musculoso, jovem, lipoaspirado, siliconado, anabolizado e bronzeado. A construção de estereótipos de beleza tem uma forte ligação com um

complexo sistema de mídia, indústria, sentidos, significados, desejos e vontades, afirmam Silva e Oliveira (2012).

O padrão de beleza, conforme Carozo e Zaboli (2012) é algo construído culturalmente, sendo que em cada ponto da história ou em cada local o corpo é tratado de formas diferentes.

Assim sendo, será feita uma análise de como a mídia vem influenciando através do tempo a construção de padrões estéticos e sociais.

Conforme Silva & Oliveira (2012), a Indústria Cultural surgiu em um período pós-revolução industrial, no século XVIII, agregando uma cultura produzida em massa através dos meios de comunicação, tendo como objetivo fornecer informações prontas para que os indivíduos não precisem pensar, mas apenas consumir seus produtos, induzindo as pessoas a desenvolverem desejos de consumo através de propagandas e tornando o homem um objeto totalmente manipulável.

Para reforçar tal idéia:

A indústria cultural e a publicidade avançam à medida que evoluem os meios de comunicação, induzindo o consumo mesmo que desnecessário, pois dependendo da forma que lhe é apresentado algum produto, logo os indivíduos fazem uma associação com o sucesso, riqueza, beleza entre outros (FILHO, 2006 apud CALDAS et al., 2011).

A mídia utiliza corpos ditos “perfeitos”, de acordo com padrões por ela criados, para que a sociedade absorva este estereótipo e consuma os produtos também por ela oferecidos, a fim de manter este padrão de beleza, afirma Caldas, et. al. (2011).

Segundo Vaz (2003), a idolatria ao corpo pode ser facilmente observada em centros estéticos, academias de ginástica e musculação, onde seus freqüentadores procuram freneticamente se exercitar para atingir um corpo que é veiculado por meio da mídia. Sendo que estes corpos apresentados com padrão na sua maioria, são impossíveis de ser atingidos, pois partindo do princípio da individualidade biológica todos os seres humanos são diferentes entre si. E mesmo que o indivíduo tenha propensão genética para atingir um objetivo a insatisfação estará sempre presente, pois sempre haverá pequenos detalhes em que há o desejo

de ser corrigidos. Portanto o alcance de um corpo “perfeito” é impossível de se alcançar geneticamente e inconscientemente.

“Em nossa sociedade, essa ação da cultura sobre os corpos é em grande parte promovida pelo discurso midiático” (BRAGA, 2009). A mídia toma para si a responsabilidade de nos dizer como devemos ser (magros, fortes, bronzeados, etc.).

Braga (2009), apresenta que o papel exercido pela mídia na sociedade é um conjunto de discursos que inserem no cotidiano das pessoas conceitos de “certo”, “bom” ou “bonito”, e tais conceitos são apresentados sutilmente.

A mídia impressa, como exemplo as revistas, propõe quais as necessidades, os projetos, os desejos, e o que é preciso para alcançar a felicidade, oferecendo em seu conteúdo dicas para as pessoas alcançarem os objetivos já citados, Braga (2009). Os meios de comunicação em massa estão atuando de forma repetitiva, mostrando de forma subentendida a carência de saúde/beleza de uma parcela da sociedade, induzindo as pessoas a consumirem mercadorias e serviços ligados com suas necessidades, afirma Silva (2001).

Para Silva (2001), nos dias de hoje a comunicação é o elo mais forte no processo da globalização, começando a instituir uma fantasia centrada no corpo, na saúde, na beleza e na mente de indivíduos consumidores desse tipo de informações. Sendo visivelmente crescente a criação de novas tecnologias que investem profundamente nas questões do corpo, a serviço de um mercado que procura expandir seu produto pelo globo.

As informações sobre os problemas de saúde e as formas de se chegar à aparência de beleza circulam pelo mundo, atravessam as diferentes culturas pela força de penetração dos meios de comunicação de massa, levando a uma homogeneização das tecnologias do corpo e uma tendência de mundialização dessa utopia [...] (SILVA, 2001, p. 54)

Após todo o exposto, pode-se concluir que a mídia cria tendências à construção de estereótipos, difundindo através dos meios de comunicação imagens padronizadas que acabam se tornando naturais entre as pessoas, fazendo de tais tendências um modelo a ser seguido e fixando, assim, na mente da sociedade, a busca constante pela “perfeição”, levando ao consumo de produtos e serviços ligados a estética.

3 METODOLOGIA

Neste capítulo falar-se-á sobre os aspectos metodológicos da pesquisa, apontando a característica da investigação, os sujeitos escolhidos para aplicação do instrumento de coleta de dados, características do campo de pesquisa e o formato para o tratamento e apresentação dos resultados.

3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

Este estudo caracteriza-se por uma pesquisa do tipo descritiva, sendo que esta defende que os problemas podem ser resolvidos através da observação, análise e descrição, correlacionando fatos ou fenômenos sem manipulá-los. (THOMAS e NELSON, 2007).

Para a realização desta pesquisa foram utilizada a técnica de estudo de caso, pois a mesma fornece informações sobre um indivíduo comunidade ou instituição e caracteriza o sujeito e sua condição (THOMAS e NELSON, 2007).

A pesquisa descritiva trabalha com técnicas para obtenção de declarações, utilizando geralmente questionários, mas também podendo ser feita através de entrevista ou levantamento normativo. (THOMAS e NELSON, 2007).

O estudo teve caráter descritivo qualitativo. Para Thomas e Nelson (2007), na pesquisa qualitativa o pesquisador capta as informações, examina cada uma particularmente e tenta fazer a explicação dos resultados de forma teórica, o pesquisador explora o fenômeno ou situação de forma generalizada.

3.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA

A população do estudo é formada por voluntários praticantes de musculação na Academia Circuito, localizada no Centro da cidade de Lauro Muller.

A amostra é formada por (10) dez praticantes de exercícios físicos na

modalidade de musculação, do gênero masculino, com idades entre (18) dezoito e (35) trinta e cinco anos, tempo de treinamento superior a um ano e frequência de 5 vezes por semana.

Segundo Barbosa et al. (2007), a adaptação neuromuscular na musculação ocorre entre o oitavo e décimo segundo mês de prática, e quando o praticante encontra-se adaptado ele poderá treinar com frequência de 5 a 6 vezes na semana. Com base nestes dados foram elaborados os critérios de inclusão e exclusão, pois pretende-se fazer um estudo com praticantes adaptados a musculação.

3.2.1 Critérios de Inclusão e Exclusão

Os critérios para inclusão foram homens praticantes de musculação, com tempo de treinamento superior a um ano, com idade entre (18) dezoito e (35) trinta e cinco anos, com frequência de cinco vezes por semana e que aceitaram participar do estudo preenchendo e assinando o termo de consentimento livre e esclarecido. A academia na qual foi realizada a pesquisa autorizou a utilização do espaço para a realização da mesma.

Foram excluídos da pesquisa homens com frequência semanal inferior a 5 (cinco) vezes, com menos de (1) um ano de treinamento, menores de (18) dezoito e maiores que (35) e os que não assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido.

3.3 INSTRUMENTOS PARA A COLETA DE DADOS

A forma para se realizar a coleta de dados pode ser feita de várias maneiras, nesta pesquisa foi utilizada a entrevista, a qual é constituída de várias perguntas, com detalhes a respeito do que se pretende pesquisar, iniciando-se de forma não estruturada, sendo que adiante o pesquisador formula perguntas estruturadas com base nos acontecimentos e a partir do dialogo com os informantes, segundo Biddle y Anderson (1989 apud NEGRINE, 2004).

Foi realizada uma entrevista contendo 13 (treze) questões abertas, pois para Thomas, Nelson e Silverman (2007), as questões abertas permitem ao entrevistado liberdade para expressar sentimento e expandir idéias. E toda entrevista foi gravada pelo gravador do celular.

Neste estudo além da entrevista foi feito um diário de campo, o qual me possibilitou discutir algumas questões com maior propriedade na análise dos dados.

3.3.1 Validação do Instrumento

O instrumento de pesquisa foi validado após ser analisado por 3 professores da Unesc.

3.4 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS

Primeiramente foi estabelecido contato com a academia em que foi realizada a pesquisa, e foram esclarecidos todos os procedimentos e objetivos da mesma.

Por ter fácil acesso à academia que fez parte deste estudo, durante os meses de julho a agosto foi feita a observação do cotidiano dos alunos e selecionados quais seriam os participantes, me possibilitando inclusive de realizar um diário de campo. Já ao final do mês de agosto todos os alunos selecionados foram convidados a fazer parte desta pesquisa e foram instruídos sobre os procedimentos e objetivos deste estudo. Em seguida, o termo de consentimento livre e esclarecido foi assinado pelos participantes e foi agendado na primeira semana do mês de setembro para serem feitas as entrevistas.

A entrevista foi feita na recepção da academia, agendada conforme a disponibilidade dos participantes e gravada através do gravador do celular, em seguida foi transcrita.

A coleta de dados levou um mês para ficar pronta, na primeira semana foi conversado com os participantes e assinados os termos. Na segunda semana foram

agendadas as entrevistas. Já na terceira semana foram aplicado o instrumento para coleta de dados. Na ultima semana conclui a transcrição das entrevistas.

3.5 DESCRIÇÃO DO CAMPO

Situada no centro da cidade de Lauro Muller, a academia que foi campo da pesquisa é a única da cidade, possuindo uma média de 250 alunos, sendo que este numero tem aumentado devido a proximidade do verão.

É uma academia de médio porte, e foi escolhida pelo interesse em observar que os cuidados com o corpo não se concentram apenas em grandes centros. O espaço consiste em 3 salas, uma de ginástica com 200 m², uma seção de musculação com 345 m² e outra sala de 75 m² para aulas de luta, cinco banheiros e uma pequena recepção na entrada da academia. A sala de ginástica, localizada na parte superior do prédio, a destinada à musculação na parte inferior e a sala luta fica na parte dos fundos.

A sala de ginástica possui um pequeno palco para os professores, além de outros materiais utilizados durante as aulas, como steps, barras, jumps, bikes, anilhas e colchonetes. Suas paredes são de concreto liso, algumas pintadas de cor clara e outras de cores vibrantes e a parede atrás do palco toda espelhada.

A seção de musculação possui muitos dos aparelhos alguns novos outros bem usados, de diversas marcas, tendo alguns passado por reformas, mas ainda se apresentando em boas condições de uso. Devido ao pequeno espaço para se realizar exercícios abdominais, os alunos acabam realizando os exercícios pela sala ou na sala de ginástica quando não esta em uso. Há também alguns aparelhos para exercícios abdominais, mas estes, por não terem um espaço específico, se encontram entre os demais aparelhos da musculação. As paredes, como as da sala de ginástica, são de concreto liso algumas pintadas de cor clara e outras de cores vibrantes e uma parede de espelhos ao longo da sala.

A academia dispõe no total de seis funcionários, incluindo o sócio-gerente, quatro são responsáveis pela musculação, entre esses 4 dois também são responsáveis pela ginástica, um pela limpeza, um recepcionista.

O público que frequenta a academia, tais como idade e tipo físico, acabam tendo influencia na distribuição dos ocupação dos horários de

funcionamento. Geralmente o público mais maduro da preferência aos horários mais calmos, de manhã, próximo ao meio-dia ou no primeiro horário da tarde, já os jovens que freqüentam a academia com mais assiduidade, preferem o horários no final da tarde e início da noite, sendo os horários de maior movimento.

Ainda no que diz respeito ao público, especialmente em relação aos freqüentadores do sexo masculino, a grande maioria é constituída de pessoas que se aproximam do ideal atlético e de beleza masculina presentes nos padrões estéticos apresentados socialmente (baixo percentual de gordura, maior volume de massa muscular e definição corporal). Estes geralmente treinam no final da tarde ou à noite, não seguindo a ficha de treino oferecida pelo professor e dispensam os conselhos e ajuda dos (as) professores (as) de musculação.

Entretanto, existe um grupo pouco significativo de indivíduos que não se enquadram ao perfil citado acima. Estes treinam geralmente no horário mais calmo e dão privilégio a atividades aeróbicas. Sendo que estes não são o público alvo da pesquisa.

Na musculação o público masculino encontra-se mais presentes que o feminino, já nas salas de ginástica o público feminino prevalece. Sendo assim é possível observar que a diferença entre os gêneros acabam segmentando os espaços dentro da academia.

4 ANALISE DOS DADOS

Nesta parte será feita a análise dos dados, a qual foi dividida em categorias para melhor compreensão dos resultados. Esta análise é feita a partir da entrevista feita com os participantes e da observação do campo de pesquisa.

4.1 A PROCURA PELO EMBELEZAMENTO DO CORPO

As questões **1** e **2** de nossa entrevista tinham como objetivo investigar qual o motivo levou estes indivíduos a se matricularem na academia (supondo que poderia ser saúde, estética, reabilitação, etc) e se estes alunos se sentem incomodados com alguma parte do seu corpo.

Ao analisar a questão **1**, pode se observar que entre os 10 entrevistados apenas 2 se matricularam na academia procurando saúde, sendo que um deles mudou seu foco para estética após observar no seu dia a dia o corpo dos colegas de academia e o físico de alguns atores ao qual se identificou e procura alcançar um corpo semelhante. Assim podemos observar que a preocupação com a estética esta presente na grande maioria dos entrevistados e que esta não aparece de forma dissimulada como talvez por vezes apareça, pois algumas pesquisas demonstram que a preocupação com a estética pode parecer fútil aos olhos de outros praticantes e por isso seus adeptos em seus discursos dizem procurar o exercício físico em primeiro lugar na busca de uma melhor saúde (TORRI, 2004).

“No inicio foi saúde, depois meu objetivo foi estética, porque via filmes com Schwarzenegger, Van Damme e reparava no corpo dos caras malhados daqui, quis ficar igual.” (¹ André – 29 anos).

¹ O nome abaixo dos depoimentos são fictícios para preservar a identidade dos entrevistados.

Esta constatação parece corroborar com o pensamento de Contursi (1986 apud NOVAES, 2001, p. 19) de que: “[...] a grande procura de pessoas por academia, se deve mais que 90% a estética, conseqüentemente, acompanhando o modismo do corpo esbelto [...]”

Já ao analisarmos a questão **2**, se observou que todos os entrevistados se sentiam incomodados com alguma parte do seu corpo, principalmente com a região abdominal e de membros superiores. O foco principal destes indivíduos era definição do abdômen e aumento da hipertrofia muscular dos braços e peitoral. Tal observação vai de encontro com a afirmação de Zama et al. (2012), o qual ressalta que os interesses pela prática de exercícios nas academias é a busca pela redução da quantidade de gordura e/ou aumentar a quantidade de massa muscular. Segundo Torri (2004), na academia pode-se facilmente observar que os homens preferem treinar membros superiores, pois acreditam que quem trabalha os membros inferiores são as mulheres, mais preocupadas com pernas e glúteos. Também notamos que possuem uma certa aversão a atividades aeróbicas, alegando que estas poderão diminuir seu volume muscular.

Para alcançar seus objetivos e eliminar qualquer incômodo, alguns destes alunos tem um gasto mensal considerável com produtos e serviços relacionados ao corpo, através de suplementação alimentar, consultas nutricionais, avaliações físicas, academia, etc. Na busca por seus objetivos estes indivíduos também se privam de alguns prazeres. Para Hansen; Vaz. (Apud TORRI, 2004), é comum em para os frequentadores da academia, mais preocupados com sua composição e exposição corporal, a naturalização da dor, do sofrimento, o sacrifício e as privações. Sendo que tais elementos fazem parte de uma lógica de treinamento esportivo. Quase uma cartilha a ser seguida para que se chegue aos objetivos propostos.

“Estou contente com o progresso que eu tive, mas gostaria de diminuir um pouco da barriga. Mas eu sei que é difícil porque eu saio bastante e bebo.” (Mateus – 22 anos).

Ao observar o depoimento acima percebe-se que este entrevistado considera que se privar de bebidas alcoólicas é um meio de alcançar seu objetivo de forma mais fácil. Em uma conversa informal com os demais entrevistados, muitos se privam de consumir bebidas alcoólicas e comidas gordurosas para manter a forma física.

4.2 OMISSÃO E EVIDÊNCIA DO CORPO

Esta categoria de análise diz respeito as discussões referentes as questões 3, 4 e 5. A questão 3 tinha como objetivo investigar se os entrevistados já deixaram ou deixam de usar algum tipo de roupa que fazem notar as formas do seu corpo. A questão 4 procurou observar se estes indivíduos utilizam alguma roupa que possa evidenciar a forma de seu corpo. E a questão 5 procurou saber se já deixaram ou deixam de freqüentar algum lugar (piscinas, clubes esportivos, praia...) por vergonha de sua composição corporal.

Na questão 3 houve uma divisão, metade dos entrevistados afirmou nunca ter deixado de usar algum tipo de roupa por vergonha do seu corpo e a outra metade revelou já ter deixado de usar alguma vestimenta por se sentir envergonhado com alguma parte do seu corpo.

“Na rua não deixo de usar, já na academia tenho vergonha de usar regata ou roupas coladas, porque aqui os caras já são maiores que eu.” (Felipe – 22 anos).

Com este depoimento percebemos claramente que o entrevistado muda seu comportamento devido a presença ou ausência de outros corpos mais ou menos "sarados" que o seu. Segundo Russo (2005), a insatisfação com imagem corporal pode levar o indivíduo adotar atitudes negativas, como: evitar alguns tipos de roupas, não frequentar praias ou piscinas, por vergonha de seu corpo. Claramente está colocado não somente a preocupação com seu próprio corpo, mas a comparação com o corpo do outro.

Na questão seguinte pode-se perceber que apenas um aluno escolhe suas roupas pelo conforto, os demais tem uma certa preocupação em evidenciar as formas de seu corpo. Isso parece demonstrar uma mudança de comportamento mais recente, pois a preocupação com a roupa e seus acessórios esteve mais ligada ao longo do tempo, às mulheres.

Ao voltarmos nosso olhar para o campo de investigação observamos, que a maioria dos entrevistados e do público que pratica musculação utiliza regatas durante o seu treino. Isso é reafirmado nas falas dos entrevistados, como pode ser visto abaixo:

“Na academia uso regatas e no dia a dia, na faculdade uso camisetas coladas e calças skinning.” (Bruno – 23 anos).

Para Castro (2007), o corpo possui uma forte relação com a moda, os tecidos, adornos e acessórios atuam como uma segunda pele, evidenciando ou omitindo alguma parte do corpo. O marketing da indústria de beleza foca as experiências cotidianas das pessoas ao vestir-se ou praticar suas atividades físicas e planejam uma estratégia para impulsionar o consumo de seus produtos. Esse marketing que antes se esforçava em chamar a atenção das mulheres consumidoras, hoje volta seus interesses cada vez mais aos homens, tanto em revistas pensadas exatamente para eles, como por exemplo, o encarte Men's Health, ou na publicidade televisiva, onde aparecem sempre homens malhados, bem vestidos, barbeados e quase sempre acompanhados de belas mulheres.

Já na questão 5 apenas dois alunos admitiram ter deixado de frequentar algum lugar quando era mais novo por se considerar magro demais, porem não enfrentam mais esse problema. Talvez porque eles malham e não se sentem mais insatisfeitos com seu corpo.

Sant'anna (2004) afirma que alguns indivíduos por acharem que o seu tipo físico ainda não esta dentro de um padrão estético aprovado socialmente, deixam de frequentar alguns lugares por vergonha do seu corpo. Estamos inseridos em uma sociedade em que o corpo se tornou algo tão importante quanto as relações

éticas e morais e acaba sendo através aparência física que se mostra o melhor de si.

4.3 A DITADURA DO ESPELHO

Neste momento agrupamos as questões **6**, **7** e **10** de nossa entrevista e nesse segmento procuramos saber se os indivíduos entrevistados, tanto dentro da academia como fora dela costumam constantemente se olhar no espelho, se medir, beliscar partes do seu corpo para ver quanto há de gordura. Se eles comparam seu corpo com o de outras pessoas (modelos apresentados pela TV, outdoor, redes sociais...). E o que seria um corpo “perfeito” para eles.

Na questão **6**, que consistia em procurar saber se os indivíduos entrevistados, tanto dentro da academia como fora dela costumam constantemente se olhar no espelho, se medir, beliscar partes do seu corpo para ver quanto há de gordura, apenas um entrevistado afirmou não possuir estes hábitos. Os demais garantiram que se olham com frequência no espelho. Um deles apresenta uma maior preocupação e além de acompanhar o desenvolvimento do seu físico pelo espelho, procura auxílio nutricional e avaliação física mensalmente.

“Eu me olho no espelho, belisco a barriga pra ver se to engordando, faço acompanhamento com a nutricionista. E faço avaliação física pra ver meu percentual de gordura e de massa magra.” (Mauricio – 21 anos).

Hansen e Vaz (2004), ressaltam que entre os praticantes de musculação há um acompanhamento constante das formas do corpo através de balanças, adipômetros, fitas métricas e essencialmente dos espelhos da sala de musculação, que é de mais fácil acesso. Isso demonstra um controle explícito do corpo, um esquadramento de todos os "recantos" corporais, para que não apareça um indesejável resquício de gordura, um excesso não desejado.

Também podemos analisar através das respostas da entrevista que todos os participantes parecem conhecer o ideal de percentual de gordura e massa magra adequado ao seu organismo, um conhecimento científico, que orienta as atividades do treinamento. Entretanto, continuam se observando no espelho e se aferindo seu peso todos os dias para "acompanhar" seu desenvolvimento, Isto não nos parece nada científico, porém demonstra como é forte a ditadura do espelho e o senso comum da sociedade sobre as modelações corporais das pessoas.

Nossa questão 7, procurava saber se eles comparavam seu corpo com o de outras pessoas (modelos apresentados pela TV, atores, etc). Apenas três falaram que não se comparam. Os demais admitiram fazer tais comparações. Dois deles afirmam que tomam como objetivo alcançar um corpo de pessoas/atores que estão na mídia. E um dos entrevistados revelou que se compara somente com o corpo de seus colegas de academia.

“Comparar não, mas tenho o objetivo de deixar meu corpo igual do Jonatas Faro ou do Fernan Fernandes, se eu ficar com o corpo igual um deles estava ótimo.” (Bruno – 23 anos).

A questão 10 os questionava sobre o que seria um corpo “perfeito” para eles. Sete responderam que acham legal um corpo com baixo percentual de gordura e uma boa definição da musculatura. Três responderam que tem como ideal de perfeição o corpo com baixo percentual de gordura e um grande volume muscular, tendo como padrão de beleza o corpo de fisiculturistas. A partir desses dados se pode observar que há ambições de corpos diferentes entre essa amostra, alguns desejam ter corpos semelhantes há de fisiculturistas, outros desejam ter corpos definidos e com um volume muscular moderado.

“Já gostei de bodybuilding², aqueles caras gigantes, mas não é mais o meu objetivo acho o corpo da linha de fitness, corpo definido, tamanho bom e um percentual bem baixo de gordura”. (Carlos – 25 anos).

² O Bodybuilding prática também conhecida no Brasil como fisiculturismo, é considerado uma modalidade competitiva da musculação, cujo objetivo, grosso modo, é obter o máximo de volume muscular possível com vistas a determinado padrão estético corporal. (COUTO et. al 2005).

Zamai et al. (2012), afirma que os interesses pela prática de exercícios nas academias é a busca pela redução da quantidade de gordura e/ou aumentar a quantidade de massa muscular, sendo estes os principais anseios de grande parte dos praticantes. Apesar de estar em crescimento, o desejo por possuir um corpo semelhante aos dos fisiculturistas não representa a maioria dos desejos, pois este corpo, apesar de malhado, apresenta uma estética diferenciada que se afasta do ideal de beleza mais socialmente aceito.

4.4 OS CÍRCULOS DE AMIZADE

Nesta categoria abordamos somente a questão 8, que tratava de procurar saber se o círculo de amigos destes entrevistados possuíam a mesma preocupação com o corpo e a estética que eles apresentam. A resposta foi unânime, todos responderam que só os amigos que estão dentro do círculo de amizade da academia possuem esse tipo de preocupação, sendo que os amigos que se encontram fora deste ambiente não estão tão preocupados com a busca da perfeição corporal. O que pode ser lido no depoimento abaixo.

“Eu costumo andar com pessoas que não são mais malhadas do que eu. Eu gosto de ter presença, chama atenção.” (Bruno – 23 anos).

Se por um lado, o seu círculo de amizade não evidencia sua preocupação com o corpo, pois sua "turma" não está preocupada em não beber ou comer para se dedicar a musculação, por outro lado, essa não preocupação dos amigos é positiva, no sentido de colaborar para que sua definição corporal apareça ainda mais. A postura que esses indivíduos possuem como estar malhado para se destacar dos demais que são considerados “comuns”, entendemos como uma atitude de afirmação da satisfação corporal.

4.5 DROGAS DE APOLO

O título desta categoria foi inspirada em um estudo de Sabino (2007), que trata do uso de anabolizantes. Em nossa questão 9 perguntamos se estes indivíduos já haviam utilizado substâncias anabolizantes³ para alcançar seus objetivos. Metade de nossos entrevistados afirmou já terem feito uso de tais substâncias. Em nossa opinião uma quantidade significativa. Segundo Sabino (2007), o consumo de anabolizantes tem crescido muito nos últimos tempos, com o objetivo de melhorar a forma física, mudando a morfologia individual. Apesar de serem substâncias proibidas, de apresentarem graves riscos a saúde, inclusive risco de morte, o fato não os impede de fazer uso das mesmas. O que evidencia que em busca da satisfação corporal - ***tudo vale!***

Conforme Sabino (2007), o modelo de corpo “sarado” tem sido apresentado para a sociedade atual como algo positivo. E isso é inserido na cultura das pessoas de formas sutis, e desde muito cedo. Para os homens temos como exemplo, os bonequinhos de ação. Tais brinquedos ostentam um corpo com baixo percentual de gordura e um volume elevado de massa muscular, quase sempre na parte superior de seus corpinhos, impossível de ser adquirido até pelos renomados campeões de fisiculturismo. Fazemos parte de uma sociedade que cultua esse padrão estético, influenciando assim um número cada vez maior de homens consumindo anabolizantes ou outras drogas para atingir a forma física considerada ideal.

Durante as entrevistas pode-se observar que estes indivíduos estavam com receio de admitir se usaram ou não anabolizantes, pois sabem que a venda é ilegal, estão conscientes dos danos que tais drogas oferecem a sua saúde, pela academia ser totalmente contra o uso e a utilização destas substâncias ocorrem fora da mesma. Mesmo estando cientes de todos os riscos estes indivíduos se arriscam em nome de um corpo bem trabalhado, para atingir seu ideal de beleza e se sentir satisfeito com seu corpo.

³ O anabolizante é um medicamento à base de hormônios que age estimulando o anabolismo protéico, com decorrente aumento de peso corporal, devido principalmente ao desenvolvimento da musculatura esquelética (SABINO et. al 2007).

4.6 A SATISFAÇÃO COM O CORPO

Na questão onze procuramos saber como estes indivíduos se sentiam com relação ao seu corpo. Quatro participantes afirmaram estar insatisfeito com o seu corpo. Os outros sete, afirmaram estar parcialmente satisfeito, acham que têm alguns detalhes para melhorar. E todos os entrevistados são pessoas que se aproximam do ideal atlético e de beleza masculina presentes nos padrões estéticos apresentados socialmente (baixo percentual de gordura, maior volume de massa muscular e definição corporal).

Segundo Vaz (2003), a idolatria ao corpo pode ser facilmente observada em centros estéticos, academias de ginástica e musculação, onde seus frequentadores procuram freneticamente se exercitar para atingir um corpo que é veiculado por meio da mídia. Sendo que estes corpos apresentados com padrão na sua maioria são impossíveis de ser atingidos, pois partindo do princípio da individualidade biológica todos os seres humanos são diferentes entre si. E mesmo que o indivíduo tenha propensão genética para atingir um objetivo a insatisfação estará sempre presente, pois sempre haverá pequenos detalhes em que há o desejo de ser corrigidos. Portanto o alcance de um corpo “perfeito” é impossível de se alcançar geneticamente e inconscientemente.

Nenhum de nossos entrevistados se mostrou totalmente satisfeito com seu corpo, em todos há um detalhe que gostariam de melhorar, sendo que a busca por um ideal de perfeição nunca cessa, pois há sempre um objetivo que se deseja atingir e o qual parece estar sempre próximo. Como já foi citado o corpo passa por tendências, impulsionado pela indústria cultural, de tempos em tempos o ideal de beleza se modifica e entes indivíduos ficam tentando se enquadrar a tendência atual do corpo perfeito.

Para afirmar tal idéia apresentamos a fala de um dos entrevistados:

“Acho que não existe satisfação em quem é fissurado em musculação. Sou insatisfeito com o meu corpo. Tem vários detalhes que pretendo melhorar.”
(Carlos – 25 anos).

4.7 O CORPO NA HORA DA PAQUERA

Neste segmento foram agrupadas a questão **12** e **13**, pois ambas estão ligadas a relação dos indivíduos com seu corpo na hora de conquistar um parceiro e se eu companheiro possui a mesma preocupação corporal que a sua.

Na questão **12** procuramos saber se os participantes consideram que um corpo bem trabalhado ajuda ou não na hora da paquera. Todos responderam que consideram que o corpo ajuda sim na hora da paquera. O que demonstra que as relações, ao menos em um primeiro momento, se organizam tendo em vista o "tipo de corpo" que a pessoa possa possuir.

“Se tu é bem definido, tem o corpo bem certinho assim no verão, tu se destaca mais. Tem muitas gurias que dizem “ ah , eu não gosto de cara bombado, pra mim tanto faz”, mas quando o cara chega elas sempre dão uma olhadinha. Acho que elas não gostam mesmo , que o cara fique se aparecendo, se achando porque é forte. Mas acho que todo mundo gosta de um corpinho certinho.” (Mateus – 22 anos).

Já a questão **13** procurou saber se os parceiros destes indivíduos tem a mesma preocupação corporal que eles. Todos falaram que seus parceiros possuem uma certa preocupação com o corpo. Quatro afirmaram que seu companheiro(a) freqüentam a academia, e os demais responderam que seu(a) parceiro(a) não frequentam academias mas que se preocupam com a sua imagem e são vaidosos. Isso nos demonstra que dificilmente encontra-se pessoas que conseguem escapar da preocupação com os ditos "padrões de beleza" considerados adequados por nossa sociedade. Mesmo aqueles que não exercitam-se com regularidade se relacionam com pessoas dentro dos mesmos padrões corporais ou ainda apresentam as mesmas preocupações.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho teve como objetivo descobrir como estes indivíduos praticantes de musculação se sentiam com relação a sua imagem corporal e de que forma esta satisfação/insatisfação afetam no seu cotidiano e na sua vida pessoal.

A partir deste estudo pude observar que a preocupação com o corpo não uma característica exclusiva do sexo feminino, pois atualmente os homens se mostram bastante preocupados com a sua estética sendo o principal motivo que os levam a freqüentar a academia, como foi visto através de nossa pesquisa, entre os dez entrevistados, oito se matricularam na academia procurando a melhora da forma física.

Sendo que estes indivíduos estão focados a corrigir pequenos detalhes que os deixam incomodados. Tal incomodo levou alguns deles a evitar lugares como piscina, praia, etc. onde há uma maior exposição do seu corpo aos olhares alheios. Outros já chegaram até a evitar alguns tipos de roupas para omitir as formas de seu corpo, no entanto a partir de um bom período praticando a musculação e tendo alcançado um ganho considerável de massa muscular, estes homens acabam escolhendo suas roupas de uma forma que evidenciem sua forma física atual, dando ênfase aos músculos dos braços e peitoral, com o objetivo de expor sua virilidade. Nas observações do campo de pesquisa, pude observar que os entrevistados utilizavam na sua maioria regatas, onde os músculos dos membros superiores ficava a mostra.

É facilmente perceptível a forte ligação que estes indivíduos possuem com o espelho, com a balança e com a fita métrica. Buscando acompanhar de forma constante o seu desenvolvimento. Dentro da academia era freqüente ver estes homens se olhando no espelho, não com uma visão narcisista, mas com um olhar de cobrança para ver qual músculo deve ser mais trabalhado, se está definido suficientemente, se seu volume muscular está adequado a um padrão que é tomado como objetivo. Nove dos dez entrevistados afirmaram que procuram acompanhar constantemente seu desenvolvimento através dos meios citados acima. Para ver se estão próximos do seu ideal, pois ainda não se encontram totalmente satisfeitos com seu corpo.

Alguns destes indivíduos se mostraram bem preocupados em manter as formas de seu corpo sob controle, buscando ajuda nutricional, fazendo avaliações físicas a cada dois meses, utilizando suplementação, o que acaba levando a ter um gasto mensal considerável. Foi observado também que a maioria dos participantes tem o objetivo manter o seu corpo com um baixo percentual de gordura e um maior volume muscular, e estes homens buscam constantemente enquadrar seu corpo neste padrão. Por esse motivo acabam fazendo um acompanhamento constante das formas do seu corpo para saber se estão mais próximos ou distantes do seu objetivo. Através da análise da entrevista percebemos que alguns destes indivíduos comparam seu corpo aos de modelos/atores veiculados pela mídia, podendo ser um dos fatores que constroem este padrão estético a ser seguido.

Durante essa busca constante para alcançar um ideal de beleza, metade dos entrevistados admitiu utilizar algum tipo de anabolizante para atingir o seu objetivo. Mesmo sabendo de todos os riscos que esse tipo de droga oferece a sua saúde. A preocupação de estar com o corpo esteticamente perfeito supera até os cuidados com a saúde, algo que se torna preocupante, pois segundo dados de outras pesquisas o consumo de anabolizantes tem crescido muito nos últimos anos. Tudo em nome de um corpo superficialmente saudável e bonito. Isso pode ser uma consequência da insatisfação com a imagem corporal que leva estes homens a utilizarem anabolizantes, pois pretendem melhorar as formas do corpo que não os deixam satisfeitos.

Ao aplicar a questão que procurava saber se estes indivíduos estavam satisfeitos ou insatisfeitos com seu corpo, observei que nenhum deles estava completamente satisfeito, outros admitiram estar totalmente insatisfeitos. Não havia satisfação com a imagem corporal nesta amostra. Há uma constante busca por corrigir detalhes pequenos, o que movimenta essa corrida incansável por manter o corpo dentro de um padrão considerado perfeito. Acredito que todo esse processo é fortemente influenciado pela indústria cultural, que dita algumas vezes de forma subjetiva outras de forma explícita como o corpo deve ser, principalmente veiculadas a esse público através da TV, revistas, redes sociais, etc. Podendo ser mais um fator que leva a insatisfação com a imagem corporal, pois estes indivíduos nunca conseguem atingir o corpo que é uma tendência naquele momento.

E o corpo para estes homens está fomentado ligado a conquista de seu parceiro, pois todos eles consideram que um corpo malhado ajuda na hora da

conquista, por acharem que chama mais a atenção principalmente no verão, onde o corpo fica a amostra, o que acaba diferenciando dos demais considerados “comuns”.

Sendo assim pode se perceber que estes indivíduos encontram insatisfeitos com sua imagem corporal, pois pretendem seguir uma tendência de corpo influenciada pelos meios midiáticos e pela sociedade. Esse estudo vem de encontro com nossos anseios, no sentido de mostrar que estamos inseridos em uma cultura que é pelo corpo que se mostra o melhor de si. Afetando diretamente na vida destes indivíduos, nas formas de se vestir, como se comportar, os locais onde frequentar, as pessoas com quem se deve relacionar. O que acaba se tornando mais preocupante é a utopia de atingir um corpo que é impossível de ser alcançado de forma natural, o que leva uma parcela considerável da população ao consumo de anabolizantes, passando por cima de todos os princípios considerados saudáveis, em troca de um ideal de beleza.

REFERÊNCIAS

- BARBOSA, M. R.; MATOS, P. M. & COSTA, M. E. **Um olhar sobre o corpo: o corpo ontem e hoje**. Psicologia & Sociedade, Florianópolis, v. 23, n. 1, p. 24-34, 2011.
- BARBOSA, C. A. G.; TOLOI, G. G.; AZEVEDO, P. H. S. M. & MONTEIRO, H. L. **Adaptações morfológicas e neuromusculares do treinamento em circuito e treinamento parcelado, sobre os padrões de força e hipertrofia muscular**. Digital, Buenos Aires, n. 110, 2007.
- BETTI, M. e PIRES, G. D. L. Mídia. In: GONZÁLEZ, F. J; FENSTERSEIFER, P. E. (Org.). **Dicionário crítico de educação física**. Ijuí, RS: UNIJUÍ, 2005.
- BRAGA, A. **Corpo, mídia e cultura**. Revista Razón y Palabra, nº 69, 2009.
- BARROS, D. D. **Imagem Corporal: a descoberta de si mesmo**. Historia ciências, saúde – Manguinhos, Rio de Janeiro, v. 12, n.2, 2005.
- CALDAS, R.; MENEZES, A.; NEVES, J. P.; LICAR, G.; POMPEU, R.; SANCHES, W. & FIDELIS, M. **A influência da indústria cultural na formação da cultura corporal das estudantes do curso técnico de publicidade do Colégio de Aplicação Dr. Paulo Gissoni**. Revista Digital. Buenos Aires - Nº 156 - 2011
- CAROZO, M. & ZOBOLI F. **A cultura na produção e proliferação dos padrões de beleza corporal feminino**. In: IX Semana de Educação Física, 2012, Sergipe.
- COUTO, E. **A cultura do corpo mutante**. I ENECULT. Salvador, 2005.
- CUKIERT, M. & Prizskulnik, L. **Considerações sobre eu e o corpo em Lacan**. Estudos de Psicologia, Natal, p. 143-149, 2002.

FELTRAN, L. **A transformação dos templos da boa forma**. Veja, dez. 2003.

Disponível em: < http://veja.abril.com.br/especiais/saude_2003/p_014.html>. Acesso em: 30 out. 2012.

GIORDANI, R. C. **A auto-imagem corporal na anorexia nervosa: uma abordagem sociológica**. Psicologia & sociedade, Porto Alegre, v. 18, n.2, p. 81-88, 2006.

GOMES, A. M. A. **As Representações Sociais do Corpo e da Sexualidade no Protestantismo Brasileiro**. Estudos da Religião, São Paulo, n. 1, p. 1-38, 2006.

HANSAN, R. & VAZ, A. F. **Treino, culto e embelezamento do corpo: um estudo em academias de ginástica e musculação**. Ciência e Esporte, Campinas, v. 26, n. 1, p. 135-152, 2004.

LE BOULCH, J. **O desenvolvimento psicomotor: do nascimento aos 6 anos**. Porto Alegre, Artes Médicas, 1982.

LOLLO, P. C. B. **Perfil dos alunos das academias de ginástica de Campinas, SP**. Digital, Buenos Aires, n. 76, 2004.

MATARUNA, L. **Imagem corporal: noções e definições**. Digital, Buenos Aires, n. 71, 2004.

NEGRINE, A. Instrumento de coleta de informações na pesquisa qualitativa. In: MOLINA, V. N. e TRIVIÑOS, A. N. S., **A pesquisa qualitativa na educação física: alternativas metodológicas**. 2004.

NOVAES, J. **Estética: o corpo na academia**. Rio de Janeiro: Shape, 2001.

RUSSO, R. **Imagem Corporal: construção através da cultura do belo**. Revista Movimento & Percepção, Espírito Santo do Pinhal, v.5, n.6, 2005.

SABINO, C. Musculação: expansão e manutenção da masculinidade. IN: GOLDENBERG, M. (Org.). **Os novos desejos: das academias de musculação às agências de encontros**. Rio de Janeiro, Record, 2000.

SABINO, C. Anabolizantes: drogas de Apolo. In: IN: GOLDENBERG, M (Org.). **Nu e vestido: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca**. Rio de Janeiro, Record, 2007.

SANT'ANNA, D. B. É possível realizar uma história do corpo? In: SOARES, C. (Org.). **Corpo e história**. Campinas, SP: Autores Associados, 2004.

SANTIN, S. O **corpo simplesmente corpo**. Movimento. Porto Alegre. Vol. 7, n. 15, p. 57-73, 2001.

SANTOS, T. B. F. & ZABOLI, F. **O corpo feminino e o envenenamento cultural: as obsessões na busca do padrão de beleza feminino como foco de análise**. In: IX Semana de Educação Física, 2012, Sergipe.

SCHILDER, P. **A imagem do corpo: as energias construtivas da psique**. 3 ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

SILVA, A. M. **Corpo, ciência e mercado: reflexões acerca da gestão de um novo arquétipo da felicidade**. Florianópolis: Autores Associados, 2001.

SILVA, B. C. M. & OLIVEIRA, R. P. B. **A influencia da revista capricho na construção de um senso estético entre as jovens**. In: IX Semana de Educação Física, 2012, Sergipe.

TAHARA, A. K.; SCHWARTZ, G. M.; SILVA, K. A. **Aderências e manutenção da pratica de exercícios em academias**. Ciência e Movimento, Brasília, v. 11, n.4, p. 7-12, 2003.

TAVARES, M., CAMPANA, A., FERNANDES, R. & BETANHO, M. **Avaliação Perceptiva da imagem corporal: história, reconceituação e perspectivas para o Brasil**. Psicologia em Estudo, Maringá, v.16, n.3, 2010.

TAVARES, M. C. G. C. F. Imagem corporal e qualidade de vida. In: VILATA, A. J. R. (Org.). **Qualidade de vida e atividade física: explorando teoria e prática**. Barueri, SP: Manole, 2004.

TOLEDO, M. A. **Número de academias dobra em três anos no Brasil**. Exame, mar. 2011. Disponível em <http://exame.abril.com.br/pme/noticias/numero-de-academias-dobra-em-tres-anos-no-brasil>>. Acesso em: 30 out. 2012.

TORRI, G. **Corpo, embelezamento e sofrimento: uma investigação sobre práticas de modelação corporal de adolescentes em uma academia de Florianópolis**. Monografia de especialização. Florianópolis, 2004.

TORRI, G.; BASSANI, J.J. & VAZ, A.F. **Dor e tecnificação no contemporâneo culto ao corpo**. Pensar a Pratica, Goiás, v.10, n.2, p.261-73, 2007

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K.; SILVERMAN, S. J. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 5.ed. Porto Alegre: Artmed, 2007.

VAZ, A. **Reflexões sobre a construção das subjetividades através das práticas de modelação corporal**. In: 1º Pré-Cobracessul, 2003, Pato Branco.

ZAMAI, C. A.; RODRIGUES, A. A.; FILOCOMO, M.; OLIVEIRA, J. F. & BRAGA, L. E. S. **Identificação e análise dos motivos de adesão e manutenção da prática de atividades físicas regulares em academias de Campinas e Sorocaba**. Digital, Buenos Aires, n. 169, 2012.

APÊNDICE(S)

APÊNDICE A- ROTEIRO ENTREVISTA

- 1-** Qual o motivo que te levou a se matricular na academia? (Saúde, estética, reabilitação...)
- 2-** Você se sente incomodado com alguma parte do seu corpo? Qual?
- 3-** Você já deixou/deixa de usar algum tipo de roupa que fazem notar as formas do seu corpo?
- 4-** Você utiliza alguma roupa que possa evidenciar a forma do seu corpo que mais gosta?
- 5-** Deixou/deixa de freqüentar algum lugar (piscinas, clubes esportivos, praia...) por vergonha do seu corpo?
- 6-** Na academia, mas também fora dela você costuma se olhar constantemente no espelho, se medir, beliscar partes do seu corpo para ver quanto há de gordura?
- 7-** Você compara seu corpo com o de outras pessoas (modelos apresentados pela TV, outdoor, redes sociais...)?
- 8-** Seus amigos têm a mesma preocupação que você tem com o seu corpo?
- 9-** Já utilizou anabolizantes para tentar alcançar o seu objetivo?
- 10-** Qual o conceito que você tem de corpo “perfeito”?
- 11-** Como você se sente em relação ao seu corpo?
- 12-** Você acredita que um corpo malhado ajuda na hora da paquera?
- 13-** Você se relaciona com parceiros que também preocupam-se com o corpo?

APÊNDICE B- TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você esta sendo convidado a participar de uma pesquisa para o Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) intitulado “A satisfação com a imagem corporal de indivíduos praticantes de musculação em uma academia na cidade de Lauro Muller-SC”. O Sr foi plenamente esclarecido de que participando deste projeto, estará participando de um estudo de cunho acadêmico, que tem como um dos objetivos investigar os fatores que levam os indivíduos praticantes de musculação a se tornarem satisfeitos ou insatisfeitos com sua imagem corporal. Embora o Sr venha a aceitar a participar neste projeto, estará garantido que o poderá desistir a qualquer momento bastando para isso informar sua decisão. Foi esclarecido ainda que, por ser uma participação voluntária e sem interesse financeiro não haverá direito a nenhuma remuneração. Desconhecemos qualquer risco ou prejuízo por participar dela. Os dados referentes Sr serão sigilosos e privados, preceitos estes assegurados pela Resolução nº 196/96 do Conselho Nacional de Saúde, sendo que o Sr poderá solicitar informações durante todas as fases do projeto, inclusive após a publicação dos dados obtidos a partir desta. Autoriza ainda a gravação da voz na oportunidade da entrevista.

A coleta de dados será realizada pela acadêmica Isabela Bez Batti da Silva (fone: (48) 88029606) da 8ª fase da Graduação de Educação Física Bacharelado da UNESC e orientada pela professora Danielle Torri. O telefone do Comitê de Ética é 3431.2723.

Lauro Muller (SC), Agosto de 2012.

Assinatura do Participante